

التفاوت والتشاؤم

دراسة عربية في الشخصية

الأستاذ الدكتور / أحمد محمد عبد الخالق *

الدكتور / بدر محمد الاتصاري **

تاريخ البحوث النفسية التي تعرض بالدراسة العلمية لمفهوم التفاؤل -Optimism والتشاؤم Pessimism تاريخ حديث نسبيا، ولم يحظيا باهتمام علماء النفس إلا خلال العقد الأخيرين (Scheier & Carver 1985, Fischer & Leitenberg, 1986). وعلى الرغم من أهمية هذين المفهومين فقد تجاهلهما علماء النفس ولم يوجهوا لهما الإهتمام الكافي، قياسا على ما أولوه من اهتمام للمفاهيم النفسية الأخرى عبر سنوات عديدة. وكانت الدراسات قليلة ومتفرقة حتى ظهر أول كتاب في هذا المجال تحت عنوان «التفاؤل» (Tiger, 1979)، ثم تزايدت البحوث نسبيا حتى ظهر كتاب آخر حديث بعنوان «التفاؤل والصحة» (Peterson & Bossio, 1991)، وذلك برغم بداية زيادة الدراسات العلمية التي تعنى بهذين المفهومين في السبعينيات من هذا القرن (Beck, Weissman, Lester & Trexler, 1975, Fibel & Hale, 1978). ومن ثم بدأت الدراسات التي تعنى بهذين المفهومين تتزايد، وتتخذ عدة اتجاهات •

ومع ذلك فما يزال التفاؤل والتشاؤم من المتغيرات التي يختلف الباحثون حول تعريفها وقياسها بمقاييس متفاوتة في محتواها، الأمر الذي جعل من مهمة علماء النفس مهمة صعبة، ونقصد بوجه خاص علماء النفس المهتمين بالشخصية الذين يحاولون الخروج بتصوير نظري مقبول لمفهوم التفاؤل والتشاؤم، فليس من غير المألوف - على سبيل المثال - أن ينظر بعض الباحثين إلى مفهوم التفاؤل والتشاؤم على أنهما أحد عوامل الشخصية (أحادية القطب أو ثنائية القطب) أو ميول أو اتجاهات أو قيم ... وهكذا •

(*) قسم علم النفس - كلية الآداب - جامعة الكويت •

(**) قسم علم النفس - كلية الآداب - جامعة الكويت •

وبالرجوع إلى التراث الحديث لمفهومى التفاؤل والتشاؤم، نلاحظ شيوع النظر إلى التفاؤل والتشاؤم على أنهما سمات ثنائية القطب تتصف بالثبات النسبى خلال دورة حياة الإنسان، وتمكننا بدورها من التنبؤ بصحة الأفراد الجسمية ومستوى التحصيل وفعالية الذات والعادات الصحية السيئة وأحداث الحياة الضاغطة وبمعدل الإكتئاب- (Colligan, offord, Malinchoc, Schulman & Seligman, 1994) ولكن ما تعريف التفاؤل والتشاؤم ؟

يعرف « شاير ، كارفار ، (Scheier & Carver, 1985) التفاؤل بأنه « النظرة الإيجابية، والإقبال على الحياة، والإعتقاد بإمكانية تحقيق الرغبات فى المستقبل، بالإضافة إلى الاعتقاد باحتمال حدوث الخير أو الجانب الجيد من الأشياء بدلا من حدوث الشر أو الجانب السيئ . ويضيفان فى نص أحدث (Scheier & Carver, 1987) أن التفاؤل استعداد يكمن داخل الفرد الواحد، يتركز فى التوقع العام لحدوث الأشياء الجيدة أو الإيجابية، أى توقع النتائج الإيجابية للأحداث القادمة . ويؤكدان وجود الفروق الفردية الثابتة فى التفاؤل، كما يبرهنان على وجود علاقة بين التفاؤل وبعد الصحة البدنية، حيث إن التفاؤل يوظف استراتيجيات فعالة لدى الفرد للتغلب على الضغوط الواقعة عليه .

ويضيف هذان المؤلفان أن التفاؤل يرتبط بالتوقعات الإيجابية التى لا تتعلق بموقف معين، لذلك يعتقدان أن التفاؤل مصدر لتحديد النمط الذى يحدد للناس الطريق لتحقيق أهدافهم، ولذا فإن التوقعات التفاؤلية تجاه الأحداث سوف تساعد الأفراد على تحقيق أهدافهم فى إطار الكفاح الذى يحتمل من ورائه أن تتحقق أهدافهم أكثر من الصد عنها أو فقدان الأمل فى تحقيقها . بالإضافة إلى أن التفاؤل فى رأيهما سمة من سمات الشخصية، تتسم بالثبات النسبى عبر المواقف والأوقات المختلفة، ولا تقتصر على بعض المواقف (حالة) (Scheier & Carver, 1985, 1987).

ويعرف كاتبها هذه السطور التفاؤل بأنه :

« نظرة استبشار نحو المستقبل، تجعل الفرد يتوقع الأفضل، ويتنظر حدوث الخير، ويرنو إلى النجاح، ويستبعد ما خلا ذلك » .

ونفترض أن التفاؤل سمة Trait فى الشخصية (وليس حالة State)، تختلف الأفراد درجات عليها (الفروق الفردية) . وعلى الرغم من أن هذه السمة تتوجه عادة صوب المستقبل، فإنها تؤثر فى سلوك الإنسان فى الحاضر . كما نفترض أن سمة التفاؤل ترتبط بالجوانب الإيجابية فى سلوك الإنسان ومختلف جوانب شخصيته، كما أنها يمكن أن تؤثر تأثيرا طيبا فى الصحة النفسية والجسمية للفرد .

أما التشاؤم فيعرفه «مارشال» وأصحابه (Marshall, et al., 1992) بأنه «استعداد شخصي أو سمة كامنة داخل الفرد، تؤدي به إلى التوقع السلبي للأحداث». كما عرف التشاؤم أيضا بأنه «نزعة لدى الأفراد للتوقع السلبي للأحداث المستقبلية» (Andersen, Spielman & Bargh, 1992). ويقدم كتابا هذه السطور تعريفا مقترحا للتشاؤم كما يلي :

« التشاؤم توقع سلبي للأحداث القادمة، يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ، ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، ويستبعد ما خلا ذلك إلى حد بعيد » .

ونفترض أن التشاؤم - كما هو الحال في التفاؤل - سمة Trait في الشخصية وليس حالة State، ويتوزع لدى الجمهور توزيعا اعتداليا . ونفترض أيضا أن التشاؤم يمكن أن يؤثر تأثيرا سلبا في سلوك الإنسان وصحته النفسية والجسمية، ويمكن أن يرتبط ارتباطا إيجابيا جوهرها بالإضطرابات النفسية أو الاستعداد للإصابة بها .

ونفترض « تايجر » (Tiger, 1979) أن التفاؤل أو التشاؤم عبارة عن قوة دافعة بيولوجية، نشأت عن تطور الأجيال الإنسانية، وتعد عاملا أساسيا لبقاء الإنسان، فعلى سبيل المثال، فإن الرغبة في إنجاب الأطفال، والأفكار الخاصة بالتطور الاجتماعي والاقتصادي، والمفاهيم الدينية والسياسية يمكن التنبؤ بها من خلال الاتجاه المتفاؤل نحو المستقبل . كما أن التفاؤل يعد حجر الزاوية أو الأساس الذي يمكن الأفراد (وبالتالي المجتمع) من وضع الأهداف المحددة، وطرق التغلب على المعصوبات والحن التي قد تفكك بالمجتمع (Smith, 1983, Tiger, 1979) .

وقد برهنت بعض الدراسات على وجود علاقة قوية بين النظرة التفاؤلية للمستقبل والسعادة الحالية (Matlin & Gawron, 1979) . وعلى النقيض من ذلك فقد برهن عديد من الدراسات (انظر على وجه الخصوص : Johnson & Mc Cutcheon) على الارتباط بين النظرة التشاؤمية للمستقبل من قبل أفراد المجتمع ومعدلات الإصابة بالإكتئاب واليأس والانتحار، حيث يتصف المكتئبون بتعميمهم للفشل والنظرة السلبية للحياة والذات والمستقبل (عبد الفتاح دويدار، ١٩٩٢) . ويقوم التشاؤم بدور مهم في الإكتئاب، فضلا عن أن الإكتئاب واليأس والتشاؤم والتبرم وققدان الأمل من أهم الأعراض المميزة للإكتئاب .

ويؤدي الفشل المستمر في التعامل الإيجابي مع البيئة الاجتماعية إلى شعور دائم بالتشاؤم واليأس، وما يصحب ذلك من اختفاء التوقعات الإيجابية والآمال في التغيير، وإدراك الإنسان أنه نتاج سلبي للبيئة . ويمكن القول بأن من يتشائم صوب التوقعات المستقبلية، قد يترتب على ذلك هبوط روحه المعنوية، وتناقص دافعيته للعمل والإنجاز،

فضلا عن شعوره بالحزن والقنوط والميول الانتحارية والإنسحاب الاجتماعي
(Andersen, Spielman & Bargh, 1992).

ودرس «فونتين» وزملاؤه (Fontain et al., 1993) التفاؤل وإدراك السيطرة على الضغوط ومواجهتها، فاسفرت الدراسة عن ارتباط إيجابي جوهري بين المتغيرين، كما اتضح أن التفاؤل يرتبط ارتباطا إيجابيا باستخدام المواجهة الفعالة وإعادة التفسير الإيجابي للموقف، على حين يرتبط التفاؤل سلبيا بالتركيز على الإنفعال والتفكير عنه، تلك الإنفعالات السلبية التي تتولد أثناء مجابهة المواقف الضاغطة.

كما ظهر أن التفاؤل يرتبط بكل من : التغلب على الضغوط بنجاح، وحل المشكلات، والبحث عن الدعم الاجتماعي، والنظرة الإيجابية للمواقف الضاغطة. على حين يرتبط التشاؤم بالإكتئاب والفشل في حل المشكلات، والنظرة السلبية لصدمات الحياة، وتجنب محاولات التغلب على المشكلات (Kiyak, Vitaliano & Crinean, 1988).

واتضح أيضا أن المرضى الذين أجريت لهم جراحة الشريان التاجي وكانوا أكثر تفاؤلا بالنسبة للعملية الجراحية، كانوا أسرع شفاء بعد إجراء العملية من المرضى المشائمين، كما كان المتفائلون أيضا أسرع في العودة إلى ممارسة أنشطتهم الطبيعية في الحياة بعد إجراء العملية الجراحية، مما يشير إلى أن سمة التفاؤل يمكن أن تنبئ بمحاولات التكيف أو التغلب على المشكلات بعد نتائج الجراحة (Scheier et al., 1989).

وكشفت دراسة عن طرق المواجهة عند الباعة، عن ميل المتفائلين منهم إلى استخدام أسلوب موجه نحو حل المشكلة وإعادة التفسير الإيجابي للموقف، مع استخدام الضبط الذاتي، على حين أن المشائمين مالوا أكثر إلى استخدام أسلوب المواجهة الذي يركز على الإنفعال، بما يتضمنه ذلك من الهروب عن طريق الإنغماس في الذات، والبحث عن المساعدة من الآخرين، والتجنب السلبي (Strutton & Lumpkin, 1992).

وتشير دراسات كثيرة إلى ارتباطات بين كل من التفاؤل والتشاؤم والشخصية وعدد من أبعادها وسماتها مثل : العصائية، والإنسائط، وتقدير الذات، والعداوة، والاكتئاب، واليأس، والانتحار، والشعور بالوحدة، ومصدر الضبط، والقلق، والهدف من الحياة، والسيطرة على الذات، والقبض، والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية (أحمد عبد الخالق، بدر الأنصاري، ١٩٩٦).

ويتلخص الفرض الأساسي الذي تقدمه في هذه الدراسة في أن التفاؤل والتشاؤم

سمتين مهمتين فى الشخصية ترتبطان ارتباطات جوهرية ببقية سماتها . وتعرف السمة Trait بأنها : « خصلة أو خاصية أو صفة ذات دوام نسبي ، يمكن أن يختلف فيها الأفراد فتميز بعضهم عن بعض ، أى أن هناك فروقا فردية فيها » (أحمد عبد الخالق ، ١٩٩٠ ص ٧٦) .

وعلى الرغم من حداثة الإهتمام بدراسات التفاؤل والتشاؤم على المستوى العالمى ، فإن الدراسات المتوافرة الآن تعد غير قليلة . ومع ذلك فلم تحظ هذه المفاهيم المهمة بالإهتمام على المستوى العربى ، فلم يصل إلى معلوماتنا أية دراسة عربية أجريت فى هذا المجال . ومن ثم كان الدافع إلى إجراء هذه الدراسة ، ونعرض لأهدافها فيما يلى :

أهداف الدراسة

تتلخص أهداف هذا البحث فيما يلى :

- ١ - وضع قائمة عربية لتقدير الفروق الفردية فى التفاؤل والتشاؤم .
- ٢ - تحديد أهم المعالم القياسية لهذه الأداة الجديدة .
- ٣ - بيان التركيب العالمى لهذه القائمة .
- ٤ - التعرف إلى الفروق بين الجنسين فى التفاؤل والتشاؤم .
- ٥ - فحص الإرتباطات بين التفاؤل والتشاؤم وكل من : الاكتئاب ، اليأس ، القلق ، الوسواس القهرى ، مع تحليل هذه المتغيرات عامليا .

الطريقة

أولاً : الأدوات :

١ - القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم :

قام الباحثان ببناء القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم باتباع خطوات عديدة متتالية ، كان أولها توجيه سؤال مفتوح النهاية إلى طلاب فى تخصص علم النفس ، كان هذا نصه : « فكر فى بعض الأشخاص المتفائلين الذين تعرفهم ، ثم اكتب عشر صفات تصفهم ، ونصف سلوكهم العام الذى يكشف عن صفة التفاؤل . ولتوضيح كيفية الإجابة إليك المثال التالى من صفات الشخص المتفائل : يرى أن المستقبل سيكون مشرقاً » . وقد وضع سؤال ثانٍ مناظر ولكنه متعلق بسمة التشاؤم ، وكان المثال المقدم له

عن صفات الشخص المتشائم كما يلي : يرى أن احتمال حدوث الكوارث هو احتمال كبير .

وقد وجه هذان السؤالان إلى عينة من طلاب جامعة الكويت، قوامها ٢١٢ طالبا وطالبة من المسجلين في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ١٩٩٤/٩٣ . تراوحت أعمارهم بين ١٨ ، ٢٨ عاما، بمتوسط قدره 21.11 ± 2.40 عاما . وأصدر الطلاب عددا كبيرا جدا من الاستجابات، قام الباحثان بادئ ذي بدء بحذف المكرر وغير المرتبط بالموضوع منها . ثم قاما بوضع عدد غير قليل من البنود، ثم نسقت البنود جميعا، وأعيدت صياغة كثير منها . واشتمل مقياس التفاؤل المبدي على ١١٩ بنداً، على حين وصلت بنود مقياس التشاؤم إلى ٩٥ بنداً .

بعد ذلك قُدم المقياسان المبديان إلى سبعة من المحكمين الخبراء، وهم من أعضاء هيئة التدريس بقسم علم النفس بجامعة الكويت . وطلب من كل منهم منفردا وضع تقدير لكل بند لتحديد مدى كفاءته لقياس التفاؤل، وكذلك الحال بالنسبة لبنود التشاؤم (كل مقياس على حدة) . وكانت التقديرات خماسية تراوحت بين صفر (لا يقيس البند السمة مطلقا) ، و٤ (يقيس السمة بدرجة ممتازة) . وحسب متوسط تقديرات المحكمين لكل بند، واتخذ معيار تحكيمي : حيث استقيت البنود التي حصلت على متوسط ٣ ، ٤ فقط، فوصلت بنود التفاؤل والتشاؤم إلى ٥١ ، ٤٩ بنداً على التوالي . ثم أجريت سلسلة من التحليلات العاملية للمقياسين كل على حدة، أسفرت عن تركيب عاملين غير بسيط لكل منهما . وحسب ارتباط كل بند بالدرجة الكلية على المقياس (بعد استبعاد البند) Item Remainder Correlation .

ولما كان الهدف تكوين قائمة تشتمل على عدد غير كبير من البنود، فقد اتخذ معيار تحكيمي تلخص في اختيار خمسة عشر بنداً للتفاؤل (ومثلها للتشاؤم) لها أعلى ارتباطات بالدرجة الكلية . ويمثل هذا العدد من البنود الصيغة النهائية للمقياسين الفرعيين، أي ١٥ بنداً للتفاؤل، ومثلها للتشاؤم، يجاب عن كل منها على أساس مقياس خماسي . ويتسم المقياسين بمعاملات ثبات مرتفعة كما سنبين فيما بعد، وحسب صدق تلازمي للقائمة بتطبيقها مع مقياس التوجه نحو الحياة (Life Orientation Test (L O T) من تأليف كل من « شاير ، كارفر » (Scheier & Carver, 1985) . وقد ارتبط المقياس الأخير بالقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم بمقدار : ٠,٧٨ ، - ٠,٦٩ على التوالي . ويشير هذان المعاملان إلى صدق تلازمي مرتفع لمقياسي القائمة العربية .

وتراوحت معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية في مقياس التفاؤل بين ٠,٦٠ ، ٠,٧٣ ، على حين تراوحت في مقياس التشاؤم بين ٠,٦٧ ، ٠,٧٨ .

(N=277) وكلها جوهريّة إحصائيّة عند مستوى 0.001.

٢ - مقياس اليأس (H S) : The Hopelessness Scale

من تأليف « بيك » وزملائه (Beck, Weissman, Lester & Trexler, 1974)، ويقّيس التوقعات السلبية نحو المستقبل والتي قد لا تكون مرتبطة بأحداث الحياة. ويشتمل المقياس على عشرين بنداً، يجاب عن كل منهما بـ « نعم » أو « لا ». ويتمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة، وذلك تبعاً للمعايير الأمريكية، حيث كان معامل الثبات بطريقة الإتساق الداخلي 0.93، وذلك كما استخرج من عينة قوامها 294 مريضاً من نزلاء إحدى المستشفيات الذين يعانون من الرغبة في الانتحار في إحدى الولايات الأمريكية. كما حسب له أيضاً صدق التكوين، فكان معامل ارتباط مقياس اليأس مع الاكتئاب = 0.63، ومع الانتحار 0.62، ومع النظرة السلبية للمستقبل 0.49، كما فحص التركيب العامل للمقياس واستخرج ثلاثة عوامل: الشعور بالأمل والحماسة، وفقدان الدافعية، وتوقعات المستقبل. وقام الباحثان بتعريب المقياس وإعداده، واستخراج معاملات ثباته وصدقه على عينات كويتية، كما سنفصل فيما بعد.

٣ - قائمة بيك للاكتئاب (B D I) : Beck Depression Inventory

وهي من تأليف « بيك »، ستيو، Beck & Steer وتعريب أحمد عبد الخالق (1996)، ويتكون المقياس من 12 مجموعة رباعية من العبارات، يجاب عنها باختيار بديل واحد من الاختيارات الأربعة التي تتراوح بين صفر، 3، ويتمتع المقياس بخصائص سيكومترية جيدة تبعاً للمعايير الأمريكية، وكما طبق على عينات عربية من أربع دول (المرجع السابق).

٤ - مقياس سعة القلق :

وهو مشتق من قائمة القلق : الحالة والسمة - Stat-Trait Anxiety In-ventory (STAI) وضع من « سبيليرجر » وصحبه، ومن تعريب وإعداد أحمد عبد الخالق (سبيليرجر وزملاؤه، 1992، Abdel-khalek). ويشتمل المقياس على عشرين بنداً، ويتسم بخصائص سيكومترية جيدة على العينات الأمريكية والعربية ومنها الكويتية.

٥ - المقياس العربي للوسواس القهري :

وضع هذه المقياس أحمد عبد الخالق (1992). ويضم 32 عبارة، يجاب عنها على أساس « نعم / لا ». وللمقياس خواص سيكومترية جيدة على عدد غير قليل من

العينات المستمدة من خمس دول عربية منها عينات كويتية •

معاملات ثبات المقاييس :

حسبت معاملات « كرونباخ » ألفا للمقاييس المستخدمة في هذه الدراسة .
 ويشير جدول (١) إلى معاملات ثبات مرتفعة أو تميل إلى الارتفاع لهذه المقاييس •

جدول (١) : معاملات ثبات « ألفا » الخاصة بمقاييس الدراسة

لدى عينات من طلاب الجامعة

المقاييس	الذكور		الإناث		الذكور والإناث	
	ن	ألفا	ن	ألفا	ن	ألفا
التفاؤل	٩٩	٠.٩٢	١٧٨	٠.٩٣	٢٧٧	٠.٩٣
التشاؤم	٩٩	٠.٩١	١٧٨	٠.٩٥	٢٧٧	٠.٩٤
اليأس	٩٩	٠.٩٢	١٧٨	٠.٩١	٢٧٧	٠.٩٠
الاكتئاب	٩٩	٠.٨٦	١٧٨	٠.٨٩	٢٧٧	٠.٨٩
سمة القلق	٤٥	٠.٨٢	٨٩	٠.٩١	١٣٤	٠.٩١
التفاؤل	٥٠	٠.٦٦	٥٠	٠.٧٠	١٠٠	٠.٦٨

ثانياً : العينات :

استخدمت في هذه الدراسة عينات متعددة من طلاب جامعة الكويت . فقد وجه السؤال المفتوح الذي تكون على أساسه قائمة التفاؤل والتشاؤم ، إلى ٢١٢ طالباً وطالبة ، كان متوسط أعمارهم $21,11 \pm 2,40$ عاماً . ثم استخدم - ثانياً - عينة قوامها ٢٧٧ من طلاب جامعة الكويت (٩٩ طالباً ، ١٧٨ طالبة) ، كان متوسط أعمارهم $21,93 \pm 3,32$ عاماً . واستخدمت هذه العينة لحساب معاملات الارتباط بين مقاييس التفاؤل والتشاؤم واليأس والاكتئاب ، ثم تحليل هذه الارتباطات عاملياً . استخدمت - ثالثاً - عينة من ١١١ طالباً وطالبة لبيان الصدق التلازمي لمقياسي التفاؤل والتشاؤم ، فضلاً عن ارتباطهما بمقياسي سمة القلق والوسواس القهري ، وكذلك تحليل

الارتباطات المتبادلة بينها عامليا . وكان متوسط أعمارهم $24,35 \pm 5,70$ عاما . ثم استخدمت - رابعا وأخيرا - عينة من طلاب الجامعة من الجنسين ($n = 10259$) لاستخراج المتوسطات والانحرافات المعيارية لقائمة التفاؤل والتشاؤم . وكان متوسط أعمار الذكور $23,71 \pm 4,47$ عاما والإناث $21,77 \pm 4,10$ عاما . وسوف يشار إلى حجم كل عينة قرين كل تحليل .

ثالثا : إجراءات التطبيق :

طبقت مقاييس الدراسة في جلسات قياس جمعية، ضم كل منها عددا متوسطا من الطلاب بواقع (٤٠) طالبا وطالبة تقريبا في كل جلسة، وتم التطبيق في قاعات الدراسة في وقت المحاضرات، وذلك بالترتيب مع المحاضر . وبعد الانتهاء من عملية التطبيق تمت مراجعة المقاييس المجمعة، واستبعدت المقاييس التي حدث بها نقص في الإجابة .

رابعا : التحليل الإحصائي :

حُسبت المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيم « ت » للمقارنة بين المتوسطات، ومعاملات الارتباط، والتحليل العاملي لها بطريقة « هوتلينج » : المكونات الأساسية .

النتائج

حُسبت معاملات الارتباط المتبادلة بين البنود الخمسة عشر لمقياس التفاؤل والبنود الخمسة عشر لمقياس التشاؤم كل على حدة، وحللت المصفوفة الارتباطية لكل مقياس على حدة عامليا بطريقة المكونات الأساسية، للوقوف على التركيب العاملي للقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم .

واستخرج عامل واحد أحادي القطب لمقياس التفاؤل في العينة الكلية من الجنسين ($n = 277$)، حيث استوعب نسبة لا بأس بها من التباين $49,10\%$. واستوعب العامل المستخرج في مقياس التفاؤل جميع البنود بتشعبات مرتفعة تتراوح بين $0,809$ ، $0,622$ (انظر جدول ٢) ويدل ذلك على اتساق داخلي مرتفع لمقياس التفاؤل، وجدارة بنوده جميعا إذ تتجمع حول عامل جوهرى واحد .

جدول (٢) : العامل المتعامد لمقياس التفاؤل ونسبة تباينه

لدى طلاب الجامعة من الجنسين (ن = ٢٧٧)

م	الرقم الأصلي	التشيع	مضمون البند
١	٢	٠.٨٠٩	أشعر أن الغد سيكون يوما مشرقا .
٢	١٤	٠.٧٦٢	أفكر في المستقبل بكل تفاؤل .
٣	٥	٠.٧٣٧	أنا مقبل على الحياة بحب وتفاؤل
٤	٧	٠.٧٣٥	ستكون حياتي أكثر سعادة
٥	١٠	٠.٧٢٧	أرتوق الأفضل .
٦	١٥	٠.٧١٧	أرتوق أن يكون الغد أفضل من اليوم .
٧	٣	٠.٦٩٦	أرتوق أن تتحسن الأحوال مستقبلا .
٨	١	٠.٦٨٨	يبدو لي الحياة جميلة .
٩	٤	٠.٦٨٤	أنظر إلى المستقبل على أنه سيكون سعيدا .
١٠	١١	٠.٦٧٦	أرى الجانب المشرق للمضي من الأمور .
١١	١٢	٠.٦٧٤	أفكر في الأمور البهيجة المفرحة .
١٢	١٣	٠.٦٧٤	إن الآمال أو الأحلام التي لم تتحقق اليوم ستتحقق غدا .
١٣	٩	٠.٦٤٠	أرى أن الفرج سيكون قريبا .
١٤	٦	٠.٦٤٠	يخضع لي الزمن مفاجآت سارة .
١٥	٨	٠.٦٢٢	لا بأس مع الحياة ولا حياة مع اليأس .
		٧,٣٧	الجبر الكامن
		٢٤٩,١٠	نسبة التباين

كما أسفر التحليل العاملي لمقياس التشاؤم أيضا عن استخلاص عامل أحادي القطب من العينة الكلية (أنظر جدول ٣) ، تتراوح تشبعاته بين ٠,٨٢٨ ، ٠,٦٧١ . وكلها مرتفعة . ويستوعب هذا العامل نسبة لا بأس بها من التباين الكلي قدرها

٥٧,٦ ٪ ، تشير إلى أن العامل المستخرج يكفي لاستيعاب قدر مقبول تماما من التباين، بالإضافة إلى أن العامل المستخرج شمل جميع بنوده المقياس الخمسة عشر، مما يشير إلى صدق المقياس من ناحية تجمع بنوده في عامل جوهري واحد ذي معنى ودلالة •

جدول (٣) : العامل المتعامد لمقياس التشاؤم ونسبة تباينه

لدى طلاب الجامعة من الجنسين (ن = ٢٧٧)

م	الرقم الأصلي	التفصيح	مضمون البند
١	٥	٠.٨٢٨	• يلأزمنى سوء الحظ •
٢	٤	٠.٧٩٦	• سيكون مستقبلي مظلمًا •
٣	٦	٠.٧٨٩	• مكتوب عليّ التفتاء وسوء الطالع •
٤	١٤	٠.٧٨٠	• يدولى أن للتحرس منحوس مهما حاول •
٥	٢	٠.٧٧٥	• حظي قليل في هذه الحياة •
٦	٧	٠.٧٧٤	• أنا يأس من هذه الحياة •
٧	١٥	٠.٧٧٣	• أئبر كان للمصائب خلقت من أجلى •
٨	٩	٠.٧٦٢	• أقرب حدوث لسوأ الأحداث •
٩	١٣	٠.٧٥٦	• تعفنى الأحداث السارة لأنه سيقبها أحداث مؤلة •
١٠	١١	٠.٧٥٣	• أوقع أن أمشى حياة تمية في المستقبل •
١١	٣	٠.٧٤٦	• أئمر أئنى أنسى مفروق •
١٢	٨	٠.٧٤٣	• كثرة الهوم أئمر أئنى أئمر في اليوم مائة مرة •
١٣	١٢	٠.٧١٣	• لدى شعور غلب أئنى سأفارق الأحبة قريبا •
١٤	١	٠.٧٠٤	• تعلقى الفيرة على أن الدنيا سوداء كالثليل المظلم •
١٥	١٠	٠.٧٦١	• يخفنى ما يمكن أن يحدث لى في المستقبل من سوء حظ •
		الخطير الكامن	٨٦٤
		نسبة التباين	٥٧,٦٠

وبين جدول (٤) المتوسطات والانحرافات المعيارية لقائمة التفاضل والتشاؤم كما طبقت على عينة غير صغيرة الحجم من طلاب جامعة الكويت (ن = ١٠٢٥).

جدول (٤) : المتوسطات (م) والانحرافات المعيارية (ع) لقائمة التفاضل والتشاؤم

وقيم ت لدى طلاب جامعة الكويت

المينات	ن	مقياس التفاضل			مقياس التشاؤم		
		م	ع	ت	م	ع	ت
طلبة	٥٠٣	٥٤,٢٥	١٠,٢٩	٢,٢٤ ×	٢٨,٧٨	١٠,٥٢	٣,٥٣ **
طالبات	٥٢٢	٥٣,٠٢	١١,٢٦		٣١,٥٢	١٣,٩٥	

* دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ ** دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١

ومن النظر في جدول (٤) نلاحظ ارتفاع متوسط التفاضل لدى الطلبة بالمقارنة إلى الطالبات، والعكس من ذلك في مقياس التشاؤم، فقد ارتفع متوسط الطالبات عن الطلبة. ويلاحظ أن الفروق بين الجنسين في التشاؤم أكثر وضوحاً من التفاضل.

وقد حسبت معاملات الارتباط المتبادلة بين قائمة التفاضل والتشاؤم وعدد من مقاييس الشخصية والإضطراب النفسي، وبين جدول (٥) هذه المعاملات.

جدول (٥) : معاملات الارتباط بين قائمة التفاضل والتشاؤم وبعض مقاييس الشخصية لدى طلاب الجامعة من الجنسين

المقاييس	ن	معاملات الارتباط *	
		التفاضل	التشاؤم
١ - التوجه نحو الحياة	١١١	٠,٧٨	- ٠,٦٩
٢ - اليأس	٢٧٧	- ٠,٢٦	٠,٣٢
٣ - الاكتئاب	٢٧٧	- ٠,٥٤	٠,٧٣
٤ - القلق	١٣٤	- ٠,٦٨	٠,٧٣
٥ - الوسواس القهري	١١١	- ٠,٣٧	٠,٦٠

* جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١.

ويتضح من جدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط بين مقياسي القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم وبقية المقاييس المستخدمة دالة إحصائياً، وتشير إلى ارتباط موجب بين مقياس التفاؤل واختبار التوجه نحو الحياة، وارتباط سلبى بين المقياس الأخير والتشاؤم، ويدلل ذلك على الصدق التلازمى لمقياسي القائمة العربية . ومن ناحية أخرى تشير الارتباطات السلبية بين مقياس التفاؤل وكل من : اليأس، والاكتئاب، والقلق، والوسواس القهري، والارتباطات الموجبة بين المقاييس الأربعة الأخيرة ومقياس التفاؤل، إلى صدق التكوين Construct Validity الخاص بمقياسي التفاؤل والتشاؤم .

وبين جدول (٦) العامل المستخرج من معاملات الارتباط بين أربعة مقاييس جدول (٦) : العامل المستخرج من المصفوفة الارتباطية بين أربعة مقاييس لدى طلاب الجامعة من الجنسين (ن = ٢٧٧)

المقاييس	العامل الأول
التفاؤل	٠,٨٠٧ -
التشاؤم	٠,٨٩٩
اليأس	٠,٥١٥
الاكتئاب	٠,٨٥٤
الجذر الكامن	-٢,٤٦
نسبة التباين	٢٦١,٤

ويمكن تسمية العامل المستخرج في جدول (٦) : عامل التفاؤل مقابل الضيق، ويشمل الضيق كلا من التشاؤم واليأس والاكتئاب .

وبين جدول (٧) العامل المستخرج من معاملات الارتباط بين كل من مقاييس التفاؤل والتشاؤم والتوجه نحو الحياة وسمة القلق والوسواس القهري .

جدول (٧) : العامل المستخرج من المصفوفة الارتباطية بين خمسة مقاييس
لدى طلاب الجامعة من الجنسين (ن = ١١١)

المقاييس	العامل الأول
التفاؤل	٠,٨٢ -
التشاؤم	٠,٨٦
التوجه نحو الحياة	٠,٨٩ -
سمة القلق	٠,٩١
الوسواس القهري	٠,٧٣
الجزر الكامن	٣,٥٦
نسبة التباين	٧١,٢٠

وبالنظر في جدول (٧) يمكن تسمية العامل المستخرج : التفاؤل مقابل المشاعر السلبية، وتعنى المشاعر السلبية هنا : التشاؤم، والقلق، والوسواس القهري .

مناقشة النتائج

حققت هذه الدراسة الأهداف الخمسة التي بدأت بها إلى حد بعيد : فقد تحقق الهدف الأول لهذه الدراسة بوضع قائمة عربية استخدمت في كل إجراءات تكوينها مفحوصين وحكاما من العرب، هدفت إلى تقدير الفروق الفردية في كل من التفاؤل والتشاؤم .

وتتسم بنود هذه القائمة المشتملة على مقياسين فرعيين بعدد من الخصائص الإيجابية من الناحية القياسية (السيكومترية) . وأول هذه الخصائص ارتفاع معاملات الثبات كم حسبت بطريقة « كرونباخ » : ألفا، فتراوحت معاملات ألفا لدى الذكور والإناث والجنسين معا للمقياسين منفصلين، بين ٠,٩١ ، ٠,٩٥ ، وبذلك على ثبات مرتفع للقائمة على الرغم من قصر المقياسين الفرعيين لها (١٥ بنداً لكل مقياس) . وعندما حسبت معاملات الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية على البنود جميعها باستثناء هذا البند (أى : Item Remainder Correlation) ، تراوحت الارتباطات بين ٠,٦٠ ، ٠,٧٣ (مقياس التفاؤل) ، ٠,٦٧ ، ٠,٧٨ (مقياس

التشاؤم)، وذلك كما حُسبت على عينة من طلاب جامعة الكويت غير صغيرة الحجم (ن = ٢٧٧). وجميع هذه المعاملات جوهرية إحصائياً عند مستوى ٠,٠٠١، وتشير هذه النتيجة إلى اتساق داخلي مرتفع للمقياسين. وللقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم أيضاً صدق تلازمي مرتفع، فقد ارتبطت باختبار التوجه نحو الحياة (Scheier & Carver, 1985) LOT بمقدار ٠,٧٨، - ٠,٦٩ للتفاؤل والتشاؤم على التوالي. وتحقق هذه النتائج الهدف الثاني لهذه الدراسة.

وللتحقق من الهدف الثالث أجرى تحليل عاملي لمعاملات الارتباط المتبادلة بين بنود كل مقياس فرعي على حدة، وأسفر عن عامل أحادي واحد. وتشبعت بهذا العامل جوهرياً جميع البنود الخمسة عشر، وتراوحت التشبعات بين ٠,٦٢٢، ٠,٨٠٩. وفي مقياس التفاؤل. وفي مقياس التشاؤم تشبعت بالعامل جوهرياً جميع البنود الخمسة عشر، وتراوحت التشبعات بين ٠,٦٧١، ٠,٨٢٨، ومن ثم يمكن القول بأن هذا التحليل يؤكد الصدق العاملي لمقياسي التفاؤل والتشاؤم، فضلاً عن الاتساق الداخلي لكل مقياس فرعي على حدة، وجدارة بنوده جميعاً لقياس ما وضعت لقياسه، وتجمعها حول عامل واحد ذي دلالة.

وتحقيقاً للهدف الرابع طُبّق المقياسان على عينة غير صغيرة الحجم من طلاب جامعة الكويت، الذكور (ن = ٥٠٣) والإناث (ن = ٥٢٢)، وظهرت فروق جوهرية إحصائياً بين متوسطي الجنسين بما يشير إلى أن الذكور أكثر تفاؤلاً وإناث أكثر تشاؤماً. وتتعارض هذه النتيجة مع دراسات سابقة أجريت على عينات أمريكية كشفت عن عدم ظهور فروق بين الجنسين في التفاؤل والتشاؤم (Fischer & Leitenberg, 1986, Lewis, 1992, Mook, Kleijn & Ploeg, 1989 Schneider & Leitenberg, 1992). ولكن حصول الإناث على متوسط أعلى من الذكور في التشاؤم يتسق مع نتائج «بدر الأنصاري» (١٩٦٦) على قائمة «جف» لصفات الشخصية.

والرأى لدينا أن هذه النتيجة متسقة مع ما نتوقعه في المجتمع العربي من فروق بين الجنسين، كما تتفق هذه النتيجة أيضاً مع نتائج كثير من البحوث التي تثبت فروقا جوهرية إحصائياً بين الجنسين في السمات المرضية للشخصية، بحيث تحصل الإناث على متوسط أعلى من الذكور.

وللتحقق من الهدف الخامس لهذه الدراسة حُسبت معاملات الارتباط بين القائمة العربية للتفاؤل ومقاييس كل من: اليأس والاكتئاب والقلق والوسواس القهري. وكانت ارتباطات كل هذه المقاييس الأربعة الجوهرية وسالبة مع التفاؤل، وجوهرية وموجبة مع التشاؤم، إشارة إلى الصدق الاتفاقي Convergent Validity

للقائمة العربية . وتجدر الإشارة إلى الارتباطات بين هذه المقاييس التي تقيس جوانب مرضية (اليأس، الاكتئاب، القلق، الوسواس) ومقاييس التشاؤم (ارتباطات إيجابية) أعلى من نظيرتها مع مقياس التفاؤل (ارتباطات سلبية) . وينسحب ذلك على كل حالة من الحالات الأربع للارتباطات . ويمكن أن يفسر ذلك مبدئياً كما يلي : أولاً : أن بنود مقياس التشاؤم من نوعية تقترب كثيراً من نوعية البنود المستخدمة في مقاييس كل من اليأس والاكتئاب والقلق والوسواس، على حين تختلف الأخيرة عن بنود التفاؤل، إذ تعد مقلوبها أو عكسها. وثانياً : يبدو أن مقياس التفاؤل ليس مقلوب التشاؤم تماماً . ويدل على ذلك أن معامل الارتباط بين المقياسين على الرغم من دلالة الإحصائية، فإنه ليس شديد الارتفاع (وسيط ثلاثة ارتباطات = -0.59 كما سنفصل فيما بعد) . ثالثاً : إمكان تأثير أحد أساليب الاستجابة وتدخلها في كل من المقياسين، حيث تختلف الإجابة عن البند نتيجة تغير صياغته (أحمد عبد الخالق، ١٩٩٣، ص ٢٠٣ - ٢٠٤) . وقد يكون من المناسب أن نستنتج أن كل مقياس فرعى لقائمة التفاؤل والتشاؤم لا يغنى عن الآخر .

وهناك نتيجة أخرى - على مستوى الارتباطات - يجب التعليق عليها، وهي أن كلا من القلق والاكتئاب يرتبطان إيجابياً بالتشاؤم بالدرجة نفسها تماماً (٠,٧٣)، على حين أن ارتباط القلق بالتفاؤل (- ٠,٦٨) أعلى من ارتباط الاكتئاب بالتفاؤل (- ٠,٥٤)، وكلها معاملات دالة إحصائية . فما معنى أن يرتبط القلق سلبياً بالتفاؤل أكثر مما يرتبط الاكتئاب سلبياً بالتفاؤل ؟ كما حصل مقياس اليأس على أقل ارتباطات بالتفاؤل والتشاؤم (ومع ذلك فالارتباط دال إحصائياً)، يلي ذلك حصول الوسواس القهري على ارتباط سلبى جوهري ولكنه غير مرتفع بالتفاؤل، إلا أنه مرتفع مع التشاؤم . وعلى كل حال، فإن هذه الجوانب في حاجة إلى دراسة مستقلة .

وتتفق النتيجة التي استخرجت في هذه الدراسة من ارتباط كل من اليأس والاكتئاب سلبياً بالتفاؤل، وإيجابياً بالتشاؤم مع عدد غير قليل من الدراسات السابقة (Anderson, et al., 1992, Beck et al., 1974, Fibel & Hale, 1978, Lewis, 1992, Scheier & Carver, 1985, 1987, Sweeny et al., 1986) . كما تتفق العلاقة الإيجابية بين القلق والتشاؤم، والعلاقة السلبية بين القلق والتفاؤل مع دراستين سابقتين (انظر : Dember et al., 1989, Dewberry & Richardson, 1990) .

ومن ناحية أخرى، فعندما حللت عاملياً معاملات الارتباط بين أربعة مقاييس، سمي العامل المستخرج؛ عامل التفاؤل مقابل الضيق، ويشمل الضيق كلا من التشاؤم واليأس والاكتئاب (انظر جدول ٦) . وعندما حللت عاملياً - بشكل مستقل عن

التحليل السابق مباشرة - معاملات الارتباط بين خمسة مقاييس ، سمي العامل المستخرج؛ عامل التفاؤل مقابل المشاعر السلبية، وتضم الأخيرة : التشاؤم والقلق والوسواس القهري (انظر جدول ٧) . وتشير هاتين النتيجةين إلى صدق التكوين Construct Validity للقائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم .

وأخيراً وليس آخراً، فما موقع التفاؤل والتشاؤم بين عوامل الشخصية ؟ هل هما عاملان مستقلان أو عامل ثنائي القطب ؟ لقد تشبع المقياسين - في تحليلين عاملين مستقلين - تشبعات مرتفعة بعامل واحد ثنائي القطب Bipolar يقابل بين قطب التفاؤل (تشبع سلبي عادة) وقطب التشاؤم (تشبع موجب عادة) ووجدت مع القطب الأخير (التشاؤم) كل من : الاكتئاب واليأس والقلق والوسواس القهري .

وتراوح تشبعات المقياسين بهذا العامل في تحليلين مستقلين (بصرف النظر عن الإشارة) بين ٠,٨١ ، ٠,٩٠ ومع ذلك يلاحظ أن تشبع مقياس الاكتئاب يقع في هذا المدى ذاته (٠,٨٥)، على حين يعلو عن هذا المدى تشبع مقياس القلق (٠,٩١) . فما معنى هذه النتيجة ؟ إنها يمكن أن تعني - من وجهة نظرنا - أنه لا علاقة خاصة بين مقياسي التفاؤل والتشاؤم في نتيجة هذين التحليلين العاملين تميزها علاقتهما بكل من القلق والاكتئاب .

ومن نافلة القول أن نذكر أن العوامل المستخرجة تعتمد على المصفوفة الارتباطية، ولذا فإن الرأي الأرجح لدينا في هذه المسألة أن نفحص معاملات الارتباط بين التفاؤل والتشاؤم أولاً، وارتباطهما ببقية سمات الشخصية ثانياً . لقد كشفت هذه الدراسة عن ارتباطات بين مقياسي التفاؤل والتشاؤم كما يلي : - ٠,٦٤ (ن = ٢٧٧)، - ٠,٦٠ (ن = ١١١)، - ٠,٥٧ (ن = ٥٤٣)، - ٠,٥٤ (ن = ١٠٢٥) بوسيط قدره : - ٠,٥٩ وإذا قارنا المعامل الأخير ببقية معاملات الارتباط بين مقياسي التفاؤل والتشاؤم ومقاييس أخرى للشخصية، يتضح أن بعضها أقل (كالارتباط بين التفاؤل وكل من : اليأس (- ٠,٢٦) والوسواس (- ٠,٣٧) والاكتئاب (- ٠,٥٤)، وبعضها الآخر أعلى (كالارتباط بين التفاؤل والقلق (- ٠,٦٨) والتشاؤم وكل من الاكتئاب (- ٠,٧٣) والقلق (- ٠,٧٣)، وبعضها الثالث متساو (مثل الارتباط بين التشاؤم والوسواس القهري (٠,٦٠) . موجز القول أن الارتباط المتبادل بين التفاؤل والتشاؤم ليس أعلى من ارتباطهما (كل على حدة) بمقاييس سمات أخرى في الشخصية .

وحيث إن القلق مغير أساسي في بحوث الشخصية وعلم النفس المرضي فمن المناسب أن نتخذ متغيراً مرجعياً في هذا الصدد، فنلاحظ أن ارتباطه بكل من التفاؤل والتشاؤم أعلى من ارتباط الأخيرين معاً . فصل الخطاب أننا نميل إلى النظر إلى التفاؤل والتشاؤم بوصفهما سمات ذات استقلال نسبي على الرغم من الارتباط الجوهرى السلبي

بينهما، وهما سمتان يمكن قياسهما بنجاح بوساطة القائمة العربية التى قدمت فى هذه الدراسة، بما يمكن أن تسهم فى تطوير جانب من بحوث الشخصية وعلم النفس المرضى فى البلاد العربية .

المراجع

- ١ - أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٠) . الأبعاد الأساسية للشخصية . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية، ط ٥ .
- ٢ - أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٢) . المقياس العربى للوسواس القهرى . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- ٣ - أحمد محمد عبد الخالق (١٩٩٣) . استخبارات الشخصية . الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية، ط ٢ .
- ٤ - أحمد محمد عبد الخالق، بدر محمد الأنصارى (١٩٩٦) (أ) . التفاؤل والتشاؤم : المفهوم والقياس والمتعلقات . الكويت : مكتبة المنار الإسلامية .
- ٥ - أحمد محمد عبد الخالق، بدر محمد الأنصارى (١٩٩٦) (ب) . العوامل الخمسة الكبرى للشخصية . مجلة علم النفس . تحت النشر .
- ٦ - بدر محمد الأنصارى (١٩٩٦) . الفروق بين الجنسين فى سمات الشخصية . المجلة العربية للعلوم الإنسانية . تحت الطبع .
- ٧ - بيك، ستير (١٩٩٦) . دليل تعليمات قائمة «بيك» للاكتئاب . تعريب وإعداد: أحمد محمد عبد الخالق، الإسكندرية : دار المعرفة الجامعية .
- ٨ - سبيليجر وزملاؤه (١٩٩٢) . قائمة القلق : الحالة والسمة . تعريب وإعداد : أحمد محمد عبد الخالق، القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .
- ٩ - عبد الفتاح محمد دويدار (١٩٩٢) . المكونات العاملة والمعاليم السيكومترية لمقياس اليأس للأطفال فى البيئة المصرية . دراسات نفسية، ٢ (١)، ٢٥ - ٥٥ .

- 10) Abdel-Khalek, A.M. (1988). The Development and validation of an Arabic form of the STAI : Egyptian results. *Personality & Individual Differences*, 10, 277-285.
- 11) Andersen, S.M., Spielman, L.A., & Bargh, J.A. (1992). Future events Schemes and certainty about the future : Automaticity in depressives future-event predictions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63 711-723.
- 12) Beck, A.T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism : The Hopelessness Scale : *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42, 861-865.
- 13) Colligan, R.C., Offord, K.P., Malinchoc, M., Schulman, P., & Seligman, M.E.P. (1994). Caving the MMPI for an Optimism-Pessimism Scale: Seligman's attributional model and the assessment of explanatory style. *Journal of Clinical Psychology*, 50, 71-94.
- 14) Dember, W.N., Martin, S.H., Hummer, M.K., Howe, R.S., & Melton, R.S. (1989). The Measurement of optimism and pessimism. *Current Psychology Research and Reviews*, 8, 102-119.
- 15) Dewberry, C.K., & Richardson, S. (1990). Effect of anxiety on optimism, *Journal of Social Psychology*, 130, 731-738.
- 16) Fibel, B., & Hale, W.D. (1978). A generalized expectancy for success scale: A new measure. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46, 924-931.

- 17) Fischer, M., & Leitenberg, H., (1986). Optimism and pessimism in elementary school aged children. *Child Development*, 57, 241-248.
- 18) Fontaine, K.R., Manstead, A.S., & Wagner, H. (1993). Optimism, perceived control over stress, and coping. *European Journal of Personality*, 7, 267-281.
- 19) Johnson, J.H., & McCutcheon, S. (1981). Correlates of adolescent pessimism : A study of the beck Hopelessness scale. *Journal of Youth and Adolescence*, 10, 169-172.
- 20) Kiyak, H.A., Vitaliano, P.P., & Crinean, J. (1988). Patients expectations as predictors of orthognathic surgery outcomes, *Health Psychology*, 7, 251-268.
- 21) Lewis, C.A. (1992). Oral Personality traits in Hindu, Muslim, and Protestant college students. *Psychological Reports*, 71, 1203-1209.
- 22) Marshall, G.N., Wortman, C.B., Kusulas, J.W., Hervig, L.K. & Vickers, R.R. (1992). Distinguishing optimism from pessimism: Relations of fundamental dimensions of mood and personality. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 1067-1074.
- 23) Matlin, M.W., & Gawron, V.J. (1979). Individual differences in pollyannaism. *Journal of Personality Assessment*, 43, 411-412.
- 24) Mook, J., Kleijn, W, & Ploeg, H.M. (1992). Positively and negatively worded items in a self-reported measure of dispositional optimism. *Psychological Reports*, 71, 275-278.

- 25) Peterson, C., & Bossio, L.M. (1991). *Health and Optimism*. New York: Free Press.
- 26) Scheier, M.F., & Carver, C.S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- 27) Scheier, M.F., & Carver, C.S. (1987). dispositional optimism and physical well-being the influence of generalized outcome expectations on health. *Journal of Personality*, 55, 169-210.
- 28) Scheier, M.F., Matthews, K.A., Owens, J.F., Magovern, G.J., Lefebvre, R.C., Abbott, R.A., & Carver, C.S. (1989). Dispositional optimism and recovery from coronary artery bypass surgery: The beneficial effects of physical and psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1024-1040.
- 29) Schneider, M.J., & Leitenberg, H. (1989) A comparison of aggressive and with-drawn children's self-esteem, optimism and pessimism, and causal attributions for success and failure. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 17, 133-144.
- 30) Smith, M.B. (1983). Hope and despair: Keys to sociopsychodynamics of youth american *Journal of Ortho Psychaitry*, 53, 388-399.
- 31) Strutton, D., & Lumpkin, J. (1992). Relationship between optimism and Coping strategies in the work environment. *Psychological Reports*, 71, 1179-1186.

- 32) Sweeney, P.D., Anderson, K., & Bailey, S. (1986). Attributiona style in depression:A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 974-991.
- 33) Tiger, L. (1979). *Optimism: The biology of hope*. New York: Simon & Schuster.